



EDIÇÃO 435
DATA 22 A 28 DE
JULHO DE 2024

Diretor Executivo
Max Feitosa
DRT 2142/MT

PÁGINA..... 02

EDITORIAL
MÉRITOS E
DESAFIOS DO
ECA

ARTIGO
Contrato de Namoro: evolução das relações afetivas e patrimoniais

PÁGINA..... 12
SHERLOCK

No último dia 13, um atentado contra o ex-presidente dos EUA, Donald Trump, chocou o mundo. Durante um evento de campanha, tiros foram disparados, e Trump foi atingido na orelha. O Serviço Secreto dos Estados Unidos rapidamente retirou o ex-presidente do palco, garantindo sua segurança.

REGRAS ELEITORAIS

SE LIGA: O QUE NÃO É PERMITIDO NA PROPAGANDA ELEITORAL NAS RUAS?

PAG 03

Divulgação



Virginia Mendes destacou a importância da expedição para aprimorar e fortalecer a proteção às mulheres suscetíveis à violência doméstica

SER FAMÍLIA MULHER

Primeira-dama de MT diz sonhar com o fim da violência doméstica

A primeira-dama de MT, Virginia Mendes, participou na semana passada da 3ª edição da Expedição SER Família Mulher – MT Por Elas. O programa é destinado às mulheres vítimas de violência doméstica em MT e que tenham medidas protetivas, envolvendo vários setores.

O Programa oferece auxílio moradia a mulheres vítimas de violência doméstica, proporcionando a elas condições de sobrevivência imediata, impulsionando o afastamento do agressor e contribuindo para a redução da taxa de feminicídio no estado.

PAG 06

ANUÁRIO DE SEGURANÇA PÚBLICA

Sorriso tem a maior taxa de estupros de menores do país

PAG 07



ID JOVEM

Benefício vale para passagens de ônibus interestaduais

PAG 08



CLIMA SECO

Umidade do ar atinge nível de alerta em MT com riscos para saúde

PAG 10



MÉRITOS E DESAFIOS DO ECA

O Estatuto da Criança e do Adolescente completou 34 anos, como uma das legislações mais importantes da história do país, emanada sob as diretrizes da Constituição Cidadã de 1988. Criticada por uns e defendida por outros, foi criado para se constituir num instrumento moderno e eficiente para garantir avanços importantes nas áreas de educação e de saúde infantil.

Seus defensores argumentam que o ECA, como ficou conhecido, é uma das legislações mais modernas do mundo e que tem contribuído, nessas três décadas, para avanços importantes na proteção dos direitos fundamentais de crianças e adolescentes.

Já seus algozes consideram que o estatuto é permissivo em relação a infratores dessa faixa etária e que uma das consequências é o estímulo à impunidade. Nem mesmo seus mais combativos detratores podem negar, no entanto, que o ECA teve papel relevante na mudança de algumas estatísticas sociais referentes a crianças e adolescentes no país.

O ECA surgiu em meio a uma realidade de três décadas atrás e serviu como um meio eficaz de intervir a favor dos interesses dos menores numa coletividade em que o abandono e a desagregação familiar são mais frequentes do que se imagina. Todo um aparato protetivo foi implemen-

tado, inclusive com delegacias especializadas e plantões realizados pelos conselheiros tutelares, que passaram a ficar à disposição para mediar ocorrências em qualquer horário, dando os encaminhamentos pertinentes e demandando as autoridades competentes.

É notório, portanto, que em diversas áreas – educação, saúde, assistência social e até esporte – o ECA vem cumprindo seu papel. O desafio do país é travar um debate sério sobre possíveis mudanças relacionadas às medidas socioeducativas aplicadas a menores de idade em conflito com a lei. Sem ranço ideológico e que compatibilize a ressocialização com o combate à impunidade.

ARTIGO

CONTRATO DE NAMORO: EVOLUÇÃO DAS RELAÇÕES AFETIVAS E PATRIMONIAIS

O contrato de namoro é uma modalidade com procura crescente entre os casais brasileiros. Em 2023, por exemplo, foi registrado um aumento de 35% na formalização desse tipo de escritura, em comparação com 2022. O dado levantado pelo Colégio Notarial do Brasil (CNB) demonstra ainda que, somente de janeiro a maio deste ano, já foram celebrados nos cartórios de todo o país 44 acordos.

Esse instrumento existe desde os anos de 1990, mas apenas a partir de 2016 passou a ser realizado com mais frequência. O contrato de namoro é basicamente um documento jurídico utilizado para deixar claro que a relação afetiva de um casal não configura uma união estável. Essa é uma maneira de proteger o patrimônio individual e evitar possíveis conflitos em caso de separação ou falecimento.

Isso acontece, pois nele os parceiros definem que não há, no momento, a intenção de constituir uma família e, dessa forma, também não desejam obter direitos patrimoniais sobre os bens um do outro.

De modo diferente acontece na união estável, em que existe o desejo mútuo de estabelecer uma entidade familiar e, dependendo do regime escolhido, gera direitos e deveres similares aos do casamento.

Para garantir maior eficiência é interessante renovar esse contrato de tempos em tempos e, caso o relacionamento seja transformado em união estável, deixar previsto o tipo de regime que vigorará. Importante ainda esclarecer que o contrato de namoro pode servir como elemento de prova num processo judicial, mas não possui validade para blindar, esquivar ou libertar os envolvidos das consequências da realidade. Fato é que, em um contexto em que as relações têm se tornado cada vez mais fluidas e complexas, o contrato de namoro se apresenta como uma solução prática e eficiente para essas questões. Por isso, observamos um aumento significativo nessa procura. Nesse sentido, esse crescimento pode ser entendido como uma maior conscientização sobre a importância da proteção patrimonial e da necessidade de transparência nas ligações afetivas.

O contrato de namoro também reflete uma mudança na percepção das relações afetivas no Brasil.

Com o aumento da independência financeira e profissional de ambos os parceiros, há uma maior necessidade de proteger os bens adquiridos antes ou durante o relacionamento.

Esse tipo de instrumento permite que cada indivíduo mantenha sua autonomia patrimonial, prevenindo que os bens sejam divididos em caso de término do relacionamento.

Muitos casais estão optando por formalizar suas intenções para evitar futuros problemas judiciais. Mas, para conseguir êxito nesse objetivo, é fundamental que o documento tenha clareza e precisão em todos os pontos.

Além disso, é fundamental que os parceiros leiam e entendam o conteúdo do contrato antes de assiná-lo. Sendo assim, o recomendado é que seja redigido com a ajuda de um advogado especialista em direito de família.



Foto Divulgação

Samira Martins é advogada especialista na área familiar e de sucessões e atua no escritório Samira Martins Advogados Associados



Diretor Executivo
Max Feitosa
DRT 2142/MT

DISTRIBUIÇÃO: Cuiabá, Várzea Grande e Baixada Cuiabana
A opinião dos articulistas não representa necessariamente a opinião do jornal, sendo responsabilidade de seus autores.

Logística e distribuição
Darci Abílio

Diretora Comercial
Gislene Miranda Arruda

Diretora Financeira
Rayhanny Lima

M S TERRA MILAS LTDA – CNPJ 34.682.339/0001-37
Endereço : Rua Primavera Número: 286
Bairro: Bosque da saúde - CEP 78050-030

Jornalista
Elloise Guedes DRT- 3060/MT

Jornalista
Valdemar Félix- DRT 1008/MT

Se Liga: o que não é permitido na propaganda eleitoral nas ruas?

TSE

A partir do dia 16 de agosto, começa o prazo de liberação da propaganda eleitoral geral. A regulamentação das propagandas tem como objetivo impedir o abuso do poder econômico e político e preservar a igualdade entre as candidatas e os candidatos.

As propagandas em área pública estão autorizadas após o encerramento do prazo de registro de candidaturas na Justiça Eleitoral, em 15 de agosto, de acordo com o calendário eleitoral das Eleições Municipais 2024. Logo, a partir do dia 16, candidatas e candidatos podem usar bandeiras, adesivos e alto-falantes, bem como distribuir santinhos e realizar carreatas e comícios para divulgar seus currículos e suas propostas. Porém, há vedações.

O QUE NÃO PODE?

A Resolução nº 23.610/2019 do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) apresenta as condutas vedadas para a propaganda eleitoral nas ruas, entre elas:

É vedada a utilização de trios elétricos em campanhas eleitorais, exceto para a sonorização de comícios.

São vedadas, na campanha eleitoral, a confecção, a utilização e a distribuição por comitê, por candidata e por candidato – ou com a sua autorização – de camisetas, chaveiros, bonés, canetas, brindes, cestas básicas ou quaisquer outros bens ou materiais que possam proporcionar vantagem à eleitora ou ao eleitor.

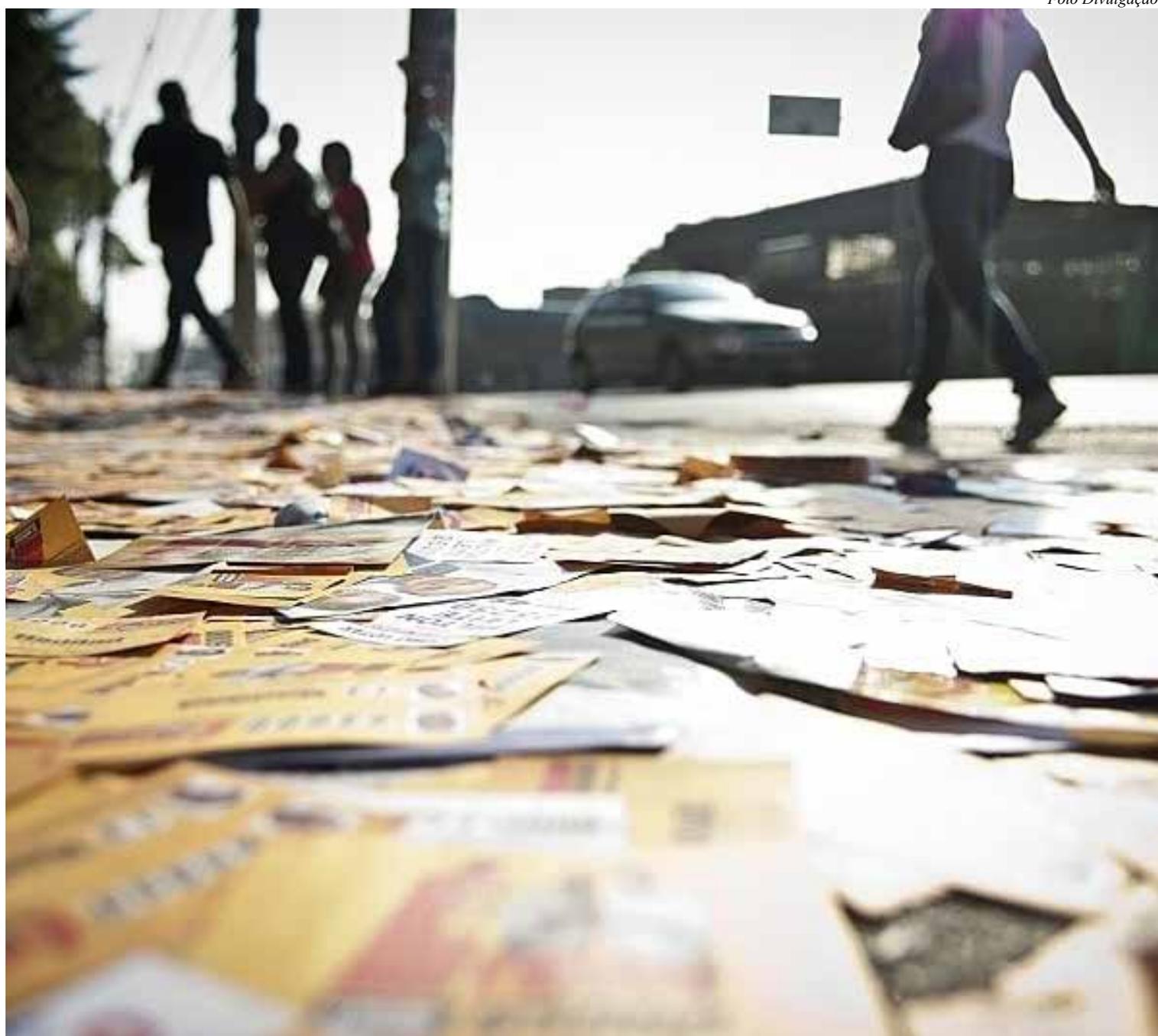


Foto Divulgação

A partir do dia 16, candidatas e candidatos podem usar bandeiras, adesivos e alto-falantes, bem como distribuir santinhos

Nos bens cujo uso dependa de cessão ou permissão do poder público, ou que a ele pertençam, e nos bens de uso comum, inclusive em postes de iluminação pública, sinalização de tráfego, viadutos, passarelas, pontes, paradas de ônibus e outros equipamentos urbanos, é vedada a veiculação de propaganda de qualquer natureza, inclusive pichação, inscrição a tinta e exposição de placas, estandartes, faixas, cavaletes, bonecos e assemelhados.

Não será tolerada propaganda que perturbe o sossego público, com algazarra ou abuso de instrumentos sonoros ou sinais acústicos, inclusive aqueles provocados por fogos de artifício. É vedada a propaganda eleitoral por meio de outdoors, inclusive eletrônicos, assim como a utilização de engenhos ou de equipamentos publicitários ou ainda de conjunto de peças de propaganda, justapostas ou não, que se assemelhem ou causem efeito visual de outdoor.

Em ação conjunta, Ager e Sinart realizam Operação Férias Escolares 2024

Da Assessoria

Nos dias 25 e 26 de julho, a Agência Estadual de Regulação dos Serviços Públicos Delegados do Estado de Mato Grosso (Ager-MT), em parceria com a Sociedade Nacional de Apoio Rodoviário e Turístico (Sinart), dará continuidade à 4ª edição da Operação Férias Escolares. A operação ocorrerá no Terminal Rodoviário Engenheiro Cássio Veiga de Sá, em Cuiabá, das 8h às 18h, e objetiva intensificar as medidas de atendimento e orientação de passageiros, principalmente no acolhimento daqueles em situação de vulnerabilidade que chegam ao Terminal. Para este ano são esperados mais de 130 mil passageiros, um aumento de 5% em relação ao mesmo mês em 2023. A estimativa ultrapassa o fluxo de quatro mil pessoas transitando pelo local diariamente. Em relação aos ônibus, a expectativa ao longo do mês é de 9.650 partidas e chegadas nas linhas intermunicipais, interestaduais e internacionais. Com o crescimento no número de passageiros, as 35 empresas de ônibus que operam no terminal planejam oferecer horários adicionais de acordo com a necessidade. “Durante o mês de julho, impulsionado pelo período de férias escolares, é comum o aumento da movimentação de pessoas nos terminais rodoviários.

A ação se concentrará em Cuiabá por ser o polo de maior demanda no Estado”, comentou o presidente regulador da Ager-MT, Luis Nespolo. PARCEIROS DA AÇÃO A Operação Férias Escolares conta com o apoio da Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT), do Serviço de Proteção ao Consumidor (Procon-MT), do Juizado da Infância e Juventude de Cuiabá, do Serviço Social do Transporte e Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte (Sest Senat), das Secretarias Municipais de Turismo e de Assistência Social, Direitos Humanos e da Pessoa com Deficiência, do Batalhão da Polícia Militar de Policiamento Urbano e Rodoviário, das Polícias estaduais Militar e Civil, e da Polícia Rodoviária Federal.

DESTINOS MAIS PROCURADOS

Em 2023, os destinos mais populares para viagens intermunicipais foram Rondonópolis, Chapada dos Guimarães, Sinop, Nova Mutum, Alta Floresta, Querência e Juína. Já para as viagens interestaduais foram Campo Grande, Goiânia e São Paulo.

Reprodução



Ação ocorrerá no Terminal Rodoviário Engenheiro Cássio Veiga de Sá, em Cuiabá, das 8h às 18h

Em Mato Grosso, Bolsa Família chega a 260 mil lares

Da Redação

O cronograma de pagamento do Bolsa Família em julho teve início na última quinta-feira (18). Nos 141 municípios do Mato Grosso, mais de 260 mil famílias serão contempladas a partir de um investimento de R\$ 180,1 milhões do programa de transferência de renda do Governo Federal. O valor médio do benefício no estado em julho é de R\$ 693,57. Os repasses são escalonados de acordo com o final do Número de Identificação Social (NIS) dos beneficiários e seguem até o dia 31.

Dentro dos valores adicionais previstos no Bolsa Família, Mato Grosso tem 165 mil crianças de zero a seis anos contem-

pladas com o Benefício Primeira Infância, que representa R\$ 150 a mais para cada criança dessa faixa etária presente na composição familiar. O investimento federal é de R\$ 22,4 milhões.

Outros benefícios complementares, todos no valor suplementar de R\$ 50, chegam a 233,6 mil crianças e jovens entre sete e 18 anos, além de 18,6 mil gestantes e 6,6 mil mulheres em fase de amamentação no estado. Os pagamentos desses benefícios somam R\$ 11,3 milhões.

A capital, Cuiabá, permanece em julho com o maior número de famílias beneficiárias em Mato Grosso.

São 43 mil, a partir de um investimento de R\$ 29,3 milhões e valor médio de repasse de R\$ 682,81. Na sequência dos cinco municípios com maior número de contemplados no mês aparecem Várzea Grande (28,3 mil), Rondonópolis (13,5 mil), Cáceres (9,7 mil) e Barra do Garças (6,5 mil).

O município de Campinápolis, com 1.716 famílias atendidas pelo Bolsa Família, registra neste mês o maior valor médio pago pelo programa em Mato Grosso: R\$ 940,42. Na sequência aparecem Nova Nazaré (R\$ 788,95), Gaúcha do Norte (R\$ 783,90), Alto Boa Vista (R\$ 775,35) e Feliz Natal (R\$ 766,34).



Lojistas buscam recomeço após incêndio no Shopping Popular

Da Redação

Reprodução



O esforço para que os efeitos do incêndio sejam amenizados vem unindo os Executivos municipal e estadual

Os lojistas do Shopping Popular, destruído por um incêndio na semana passada, preparam um novo recomeço. O centro comercial abrigava a 600 lojas gerando mais de três mil empregos diretos e indiretos. A expectativa era de que nesta semana eles começassem a ser transferidos para o Complexo Dom Aquino, porém, o Ministério Público disse que não seria possível, pelo complexo se tratar de “bem de uso comum do povo” e que sua ocupação por atividade privada não atende os fins e interesses da coletividade, sugerindo, ainda, que os lojistas se instalassem no estacionamento do Shopping.

Enquanto o imbróglio continua, os lojistas buscam meios de retomar as atividades, como Adriano Maia, que vem utilizando as redes sociais para anunciar que tem produtos à venda, que se instalou nas proximidades do Shopping Popular, e que tudo vai dar certo, não podendo parar de trabalhar. “Hoje, graças a Deus, já consegui comprar alguns produtos. Amanhã, eu tenho mais dois pedidos para chegar e vai dar certo. E quero pedir a vocês aí, se precisarem de alguma coisa...”, gravou em vídeo anunciando os produtos que conseguiu comprar.

“Se Deus quiser, no decorrer da semana, a gente vai conseguir fazer a reposição de tudo para atender vocês. Não sei como vai ser ainda, mas vou estar com os produtos no carro, qualquer coisa pode me chamar. E pode compartilhar, ajuda a gente compartilhando e a gente vai dando certo”.

Alguns lojistas também recorreram à vaquinha online para amenizar o prejuízo. Foi o caso do comerciante Victor Rodrigo, e perdeu tudo no incêndio do Shopping Popular.

“Estou passando por cima de tudo que eu sinto nesse momento, ego, orgulho, para pedir a ajuda de vocês”, disse ele em um vídeo emocionado nas redes sociais da sua marca.

“Com o que você puder ajudar, com R\$ 40, R\$ 50, com R\$ 15 ou R\$ 1. Com o que você puder ajudar eu vou ser muito grato”, afirmou.

O esforço para que os efeitos do incêndio sejam amenizados vem unindo os Executivos municipal e estadual. O governador Mauro Mendes garantiu que o Estado vai contribuir para a reconstrução do Shopping, e estuda a concessão de linha de crédito por meio da Desenvolve MT aos 600 lojistas.

O empréstimo obedecerá regras do Banco Central. O valor ainda é dimensionado por técnicos da agência de fomento.

Porém, Mauro acrescentou que somente fará o que a lei permitir. De acordo com o gestor, apesar da situação dos comerciantes ser dramática, é preciso também agir com racionalidade. “Não sou de ficar tomando decisões precipitadas.

O Governo quer ajudar, o Governo vai ajudar. Nós temos que fazer isso dentro de uma linha racional, técnica e não agir de impulso ou com outro viés. O Governo vai agir tecnicamente para que soluções venham acontecer”, frisou. Já o prefeito Emanuel Pinheiro vem tomando uma série de medidas emergenciais para atender aos lojistas que tiveram suas lojas destruídas pelo incêndio que consumiu o Shopping Popular.

O prefeito destacou o trabalho conjunto do Cuiabanco e Desenvolve MT para maior assertividade na concessão de linhas de crédito.

“Estamos agindo com celeridade, pois estamos lidando com vidas e sustentos. Unimos forças com o Cuiabanco e o Desenvolve MT para garantir créditos com eficiência”, pontuou.

O INCÊNDIO

A fumaça começou a aparecer na área da escada do shopping por volta das 2h26. Imagens registradas por pessoas que transitavam pela região mostram o fogo e a destruição causada pelas chamas.

O vigia do local tentou conter as chamas iniciais, mas não conseguiu e acionou os bombeiros. Segundo a Polícia Civil, o incêndio pode ter começado por meio de uma falha no sistema elétrico do prédio.

SEM SEGURO

O presidente da Associação dos Camelôs, Misael Oliveira Galvão, informou que o local não tinha seguro, pois não conseguiram uma seguradora para fechar o serviço para todos os lojistas.

Misael também explicou que o local estava com alvará liberado pelo Corpo de Bombeiros e que não havia nada fora da legalidade.

Virginia Mendes enfatizou o impacto positivo do projeto destinado às mulheres vítimas de violência doméstica

Da Redação / Assessoria

Foto Reprodução

A primeira-dama de Mato Grosso, Virginia Mendes, participou na semana passada da 3ª edição da Expedição SER Família Mulher – MT Por Elas, realizada em Juína. O programa é destinado às mulheres vítimas de violência doméstica em Mato Grosso e que tenham medidas protetivas, envolvendo setores como a saúde, assistência social, segurança pública, sistema judiciário, e educação, além de parceria com os municípios.

O Programa oferece auxílio moradia a mulheres vítimas de violência doméstica, proporcionando a elas condições de sobrevivência imediata, impulsionando o afastamento do agressor e contribuindo para a redução da taxa de feminicídio no estado.

Durante o evento, Virginia Mendes enfatizou a importância da expedição e o impacto positivo do projeto, idealizado por ela e sob o comando da Superintendência de Políticas Públicas para as Mulheres da Secretaria de Assistência Social e Cidadania (Setasc), destacando que a ação fortaleceu proteção às mulheres suscetíveis à violência doméstica.

“Fui muito bem recebida pela população, e hoje não poderia deixar de estar novamente em Juína, conversando com os profissionais que estão fazendo a capacitação durante a expedição para fortalecer a proteção às mulheres, proteger nossas crianças. Sonho com o fim da violência doméstica e o feminicídio; isso precisa acabar”, ratificou.



Virginia Mendes enfatizou o impacto positivo do projeto destinado às mulheres vítimas de violência doméstica

Ela ainda falou sobre os índices de violência, considerando-os inaceitáveis na atualidade.

“O mundo em que vivemos, não dá nem para acreditar nesta situação.

Ao abrir o jornal, vemos casos diariamente. Há poucos dias vimos um caso de um pai que abusou e matou uma criança de sete meses. É preciso uma reforma nas leis.

As pessoas precisam ter medo, porque a lei é muito fraca. Hoje prende e amanhã solta, então nada será suficiente se não houver uma ação rápida”, alertou Virginia Mendes.

Transformação da Praça Rachid Jaudy: Prefeitura revitaliza cartão postal da cidade

Da Redação / Assessoria

Foto Reprodução

A Prefeitura de Cuiabá está transformando um dos mais emblemáticos cartões postais da cidade, a Praça Rachid Jaudy, localizada na Avenida Isaac Póvoas. O processo de revitalização das praças do Centro Histórico será finalizado em 120 dias, proporcionando maior funcionalidade a essas áreas.

A obra foi lançada pelo prefeito de Cuiabá, Emanuel Pinheiro, no dia 3, e até o momento, 100% das obras de demolição e remoção das antigas calçadas, que estavam danificadas e inutilizadas, já foram concluídas. A preparação para a concretagem das novas calçadas está quase finalizada, com previ-

são de início na próxima semana. Além disso, todo o meio-fio já foi executado. A estimativa é que, no primeiro mês, sejam realizados entre 30% a 40% dos trabalhos de revitalização.

“Esta transformação representa um avanço significativo para Cuiabá, não apenas em termos estéticos, mas também em funcionalidade e acessibilidade. A revitalização das praças e do Centro de Atendimento ao Turista são ações significativas para valorizar o Centro Histórico e oferecer à população espaços públicos de qualidade”, disse o gestor. O investimento é de R\$ 1,1 milhão.

A praça será entregue à população com lâmpadas de LED e um lago, criando um ambiente mais seguro e agradável.

A Prefeitura de Cuiabá já revitalizou as praças Alencastro, República, Ipiranga, Bispo Dom José, Senhor dos Pássaros, Alberto Novis, Caetano Albuquerque, Praça da Mandioca, MISC (Museu da Imagem e do Som Cuiabano), Casa Barão de Melgaço, fachada da Casa de Bem-Bem, escadaria do Morro Alto, escadaria do Beco Alto e Praça Santos do Morro, além de intervenções no Beco do Candeeiro e na Praça Santos Dumont.



Até o momento, 100% das obras de demolição e remoção das antigas calçadas, que estavam danificadas e inutilizadas, já foram concluídas

Sorriso tem a maior taxa de estupros de menores do país e é a 4ª mais violenta

Da Redação

Dados do 18º Anuário Brasileiro de Segurança Pública apontam a cidade de Sorriso (420 km ao norte de Cuiabá) om o maior número de casos de violência sexual contra menores de idade, em todo o Brasil. Além disso, o levantamento também revelou que Sorriso ocupa a 4ª posição no ranking das cidades mais violentas do país.

A taxa de estupros e estupros de vulnerável no município é de 113,9 crimes do tipo a cada 100 mil habitantes. Entre 2011 e 2023, os casos de estupro e estupro de vulnerável aumentaram 91,5%, totalizando 83.9 mil vítimas. Desses, 76% das vítimas tinham entre 0 e 13 anos, classificadas como vulneráveis.

Conforme o levantamento, a maioria dos agressores são conhecidos das vítimas, sendo 64% familiares. No caso das vítimas de 14 anos ou mais, 31,2% dos agressores são familiares, 28,1% são parceiros íntimos, e 13,2% são conhecidos. Notavelmente, 88,2% das vítimas são do sexo feminino, e 52,2% são negras.

Já em relação às mortes violentas intencionais (MVI), o município é o 4º mais violento, com taxa de 77,7 homicídios a cada 100 mil habitantes em 2023, o que representa um aumento de 10,3% na comparação com 2022.

“Sorriso (MT) ocupa a 4ª posição do ranking, com um total de 86 MVI apenas em 2023. A cidade era a 6ª colocada no ranking de 2022, mas teve um crescimento de 10,3% na taxa de MVI no último ano”, consta ainda no ranking.

Um dos motivos de tal crescimento é apontado no Anuário como sendo a disputa por território por facções criminosas, situação vivida por Sorriso, berço da ‘Tropa Castelar’, grupo que surgiu na região em 2022 por dissidentes do Comando Vermelho que se uniram a integrantes do Primeiro Comando da Capital para dominar o tráfico de drogas na região. O resultado foi um número expressivo de execuções entre faccionados.

Foto Reprodução



Entre os índices negativos está a taxa de estupros e estupros de vulnerável, que é de 113,9 crimes do tipo a cada 100 mil habitantes

“Pelos dados apresentados, há duas principais explicações para as Mortes Violentas Intencionais no país, sendo a primeira associada às disputas de mercados e pontos de venda de drogas entre as diversas facções de base prisional e milícias que controlam territórios de forma armada e violenta”, traz o Anuário.

Já na comparação entre os estados, Mato Grosso aparece como o 8º menos violento, com taxa de homicídios de 31,7 mortes a cada 100 mil habitantes, mas ainda está acima da média brasileira, que é de 22,8 homicídios por cada 100 mil moradores.

Benefício vale para passagens de ônibus interestaduais e meia-entrada em eventos

Valdemar Félix

Reprodução

O ID Jovem é a carteira das juventudes que possibilita os benefícios de meia-entrada em eventos artístico-culturais e esportivos, bem como, garantia de vagas gratuitas ou com desconto no sistema de transporte coletivo interestadual.

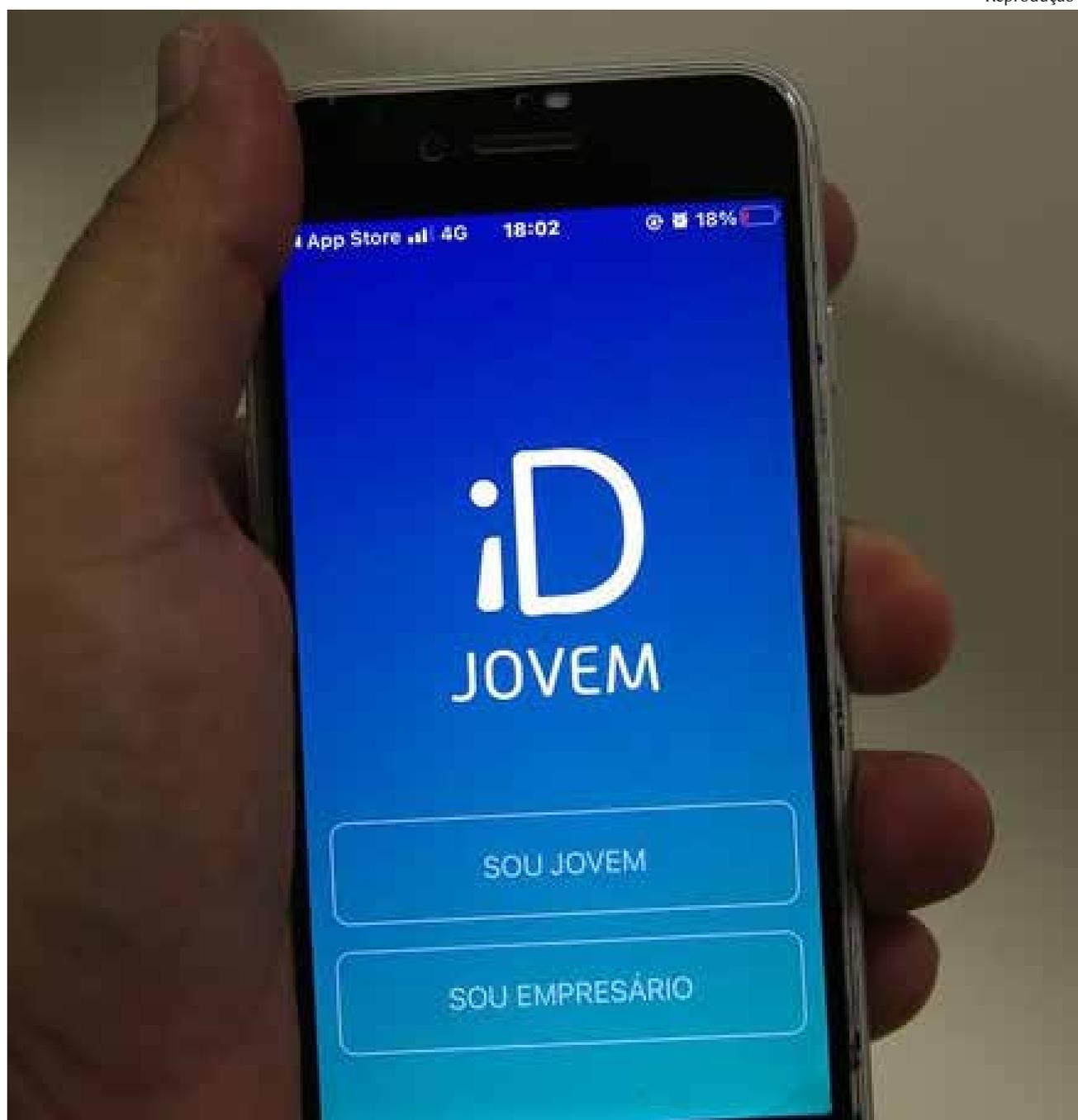
O programa contempla duas vagas de graça e outras duas com desconto de 50% no transporte interestadual, ou seja, de um estado para o outro em categoria convencional e desconto de 50% em cinemas, teatros, shows e outros eventos.

Tem direito ao benefício jovens de baixa renda com idade entre 15 e 29 anos com renda mensal de até dois salários mínimos, estando escrito no CadÚnico com cadastro atualizado, não sendo necessário estar estudando.

Para obter o benefício é necessário ir a um Centro de Referência de Assistência Social (Cras), lembrando que o Centro poderá solicitar comprovantes de renda e domicílio e documentos oficiais.

Após as etapas, o documento da ID Jovem pode ser acessado pelo site ou aplicativo que tem o nome do programa. Para solicitar a passagem é só procurar um guichê de atendimento e apresentar o ID Jovem juntamente com documento com foto. Em alguns casos é possível realizar o procedimento pela internet.

Se houver vagas disponíveis, você poderá adquirir sua passagem com o benefício do ID Jovem. No dia da viagem, compareça ao terminal com antecedência. Apresente novamente seu ID Jovem e seu documento de identificação para confirmar o embarque.



Tem direito ao benefício jovens de baixa renda com idade entre 15 e 29 anos com renda mensal de até dois salários mínimos, estando escrito no CadÚnico

Se você completou 15 anos após o envio da base de dados atual do Programa, ainda não é possível emitir sua ID Jovem. Não se preocupe, você poderá gerar sua ID Jovem após a próxima atualização da base de dados, que geralmente ocorre a cada 45 dias.

A validade do documento é de 180 dias, sendo que dpxirada a validade da ID Jovem, será necessário emitir nova carteira, quando serão verificados novamente os requisitos para ser beneficiário da ID Jovem.

SOFRIMENTO PERTO DO FIM. GOVERNO DE MT JÁ ASFALTOU 100 KM DA MT-170 (ANTIGA BR-174).

EM MATO GROSSO TEM OBRA PRA TODO LADO.

O Governo do Estado assumiu a BR-174 e transformou o trecho na MT-170, e depois de décadas de atoleiros, as obras de asfalto novo estão a todo vapor.



Governo de
**Mato
Grosso**

Umidade do ar atinge nível de alerta em MT com riscos para saúde

Elloise Guedes

Foto Reprodução

Com a chegada do inverno e consequentemente, do ar seco por conta da falta de chuvas, alguns cuidados precisam ser tomados com a saúde. Os problemas decorrentes do tempo seco vão desde alergias diversas e respiratórias, como consequência do ressecamento das mucosas, que pode ocorrer até sangramentos pelo nariz, ressecamento da pele e irritação da conjuntiva dos olhos. Em Mato Grosso, os últimos meses vem registrando a umidade do ar muito baixa na casa dos 20%.

O Instituto Nacional de Meteorologia emitiu alerta. Quase metade das cidades brasileiras ficou em perigo potencial, com umidade do ar entre 20% e 30%. Além do DF, em Goiás, Mato Grosso, São Paulo, parte de Minas Gerais, no Tocantins e em Mato Grosso do Sul a secura promete castigar nos próximos dias. Nesses Estados, segundo o Inmet, a umidade relativa do ar pode ficar abaixo de 30%, nível considerado preocupante pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Pelos padrões da organização, entre 20% e 30% é considerado estado de atenção, de 12% a 20%, alerta, e inferior a 12% é alerta máximo.

O inverno brasileiro é caracterizado por períodos de menor chuva em amplas áreas do Centro-Oeste, Sudeste, Norte e Nordeste. Esse padrão ocorre devido ao fato de o Brasil ser um país majoritariamente tropical, favorecendo a atuação de um tempo mais seco ao longo dessa estação. Esse período de temperaturas elevadas é mais sentido principalmente à tarde, por isso o termo “veranico”. No entanto, é importante frisar que, embora as tardes sejam quentes, as noites e madrugadas continuam geladas devido à menor incidência de radiação solar e ao período mais curto de horas de sol.

EXERCÍCIOS FÍSICOS

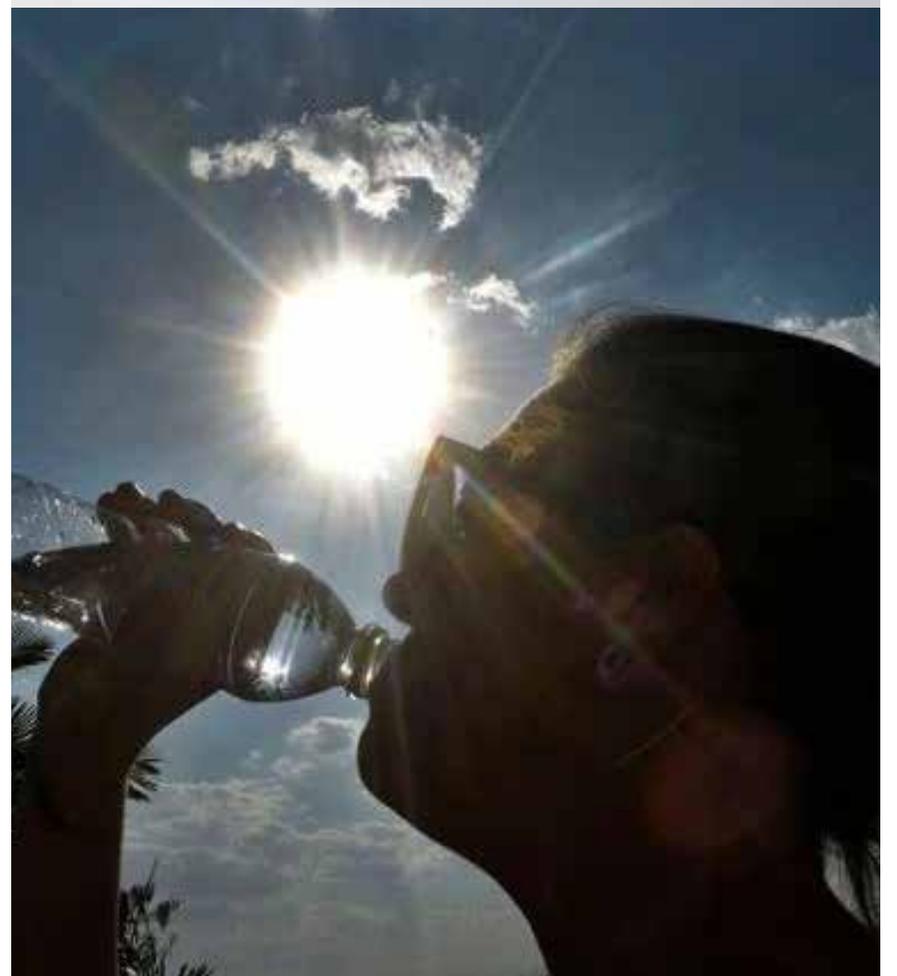
Por causa do tempo seco, médicos alertam os praticantes de atividades ao ar livre ou de academias que não contam com sistema de climatização a deixarem as atividades de lado, pelo menos por enquanto, a qualquer sintoma de mal-estar. Isso porque a umidade relativa do ar, que nos últimos dias chegou aos 20% em Mato Grosso, o que torna a respiração mais difícil, pode causar desidratação e outros problemas, inclusive para o coração.

É recomendável evitar exercícios físicos e exposição ao ar livre entre 10h e 16h, permanecer em locais protegidos do sol ou em áreas arborizadas, evitar aglomerações em ambientes fechados e, se tiver de sair, usar chapéus ou boné, guarda-sol e protetor solar sempre que sair ao sol.

Quanto à hidratação pessoal recomenda-se que sejam ingeridos um mínimo de três litros de água, diariamente.

“Com a temperatura mais baixa, nosso corpo passa por um processo de adaptação para manter a temperatura interna. Por convecção (processo físico de transferência de calor), alguns mecanismos fisiológicos e regulatórios tentam minimizar esse processo de perda de calor pelo organismo.

A pessoa que se exercita deve tomar cuidado com as roupas que veste durante o exercício, tendo a necessidade de se agasalhar para manter uma temperatura adequada, ou em outra direção, retirar uma quantidade de agasalhos para manter o equilíbrio”, alerta o educador físico David Mattos.



Quase metade das cidades brasileiras ficou em perigo potencial, com umidade do ar entre 20% e 30%

CUIDE-SE

- Evite fazer atividades físicas das 10h às 16h.
- Procure se hidratar adequadamente. Os especialistas recomendam cerca de 300 a 500 mililitros (ml) de água 30 minutos antes da atividade e 200 a 250 mililitros (ml) a cada 20 minutos.
- Aqueles que praticam esportes competitivos de longa duração ao ar livre, como corrida de rua, mountain bike, ciclismo, corrida de aventura e provas de triatlo, devem redobrar a atenção. Esses são esportes de alta demanda energética e metabólica e exigem ainda mais cuidados quando praticados em ambientes secos.

Lazer



HORÓSCOPO

CANCER- 21 junho a 20 julho - Você deve aguardar a resposta de um documento ou fazer uma avaliação profunda e estratégica sobre os passos que devem ser dados no seu trabalho. A sua rotina vai passar por mudanças profundas e será preciso reconhecer essa nova fase, para se apropriar de uma nova performance. Você deve considerar a contratação de um prestador de serviço.

DICAS

Bicicleta ou esteira: qual é melhor para emagrecer?

Bicicleta ou esteira, ambas podem ser boas aliadas no processo de perda de peso. Porém, é normal que as pessoas fiquem em dúvida sobre qual das duas pode ser mais eficaz ou até mesmo se o ideal seria combinar o uso delas.

De acordo com Monica Marques, profissional de educação física, sócia e diretora técnica da Cia Athletica, os dois aparelhos podem ser incluídos no treino de emagrecimento, mas, apesar de proporcionarem benefícios semelhantes, exigem habilidades diferentes dos praticantes.

“Para fazer uma boa escolha sugiro considerar alguns pontos, como a intensidade do exercício, o condicionamento físico do praticante, seu histórico de saúde e, claro, sua preferência pessoal”, ela afirma.

BICICLETA OU ESTEIRA: COMO ESCOLHER?

Segundo a profissional, a esteira promove uma queima maior de calorias do que a bicicleta porque o exercício exige que o praticante sustente seu próprio peso e movimento todo o corpo, mesmo que não seja de forma tão intensa. Com isso, os músculos precisam realizar um esforço maior durante a atividade, assim como o coração, o que aumenta a queima de gordura.

Na bicicleta, em contrapartida, Monica explica que o praticante tem um apoio para sustentar seu corpo, movimentando apenas as pernas, por isso, promove um gasto calórico menor, mas que auxilia na redução de percentual de gordura.

“É importante lembrar que essa comparação entre a esteira e a bicicleta é baseada em treino de mesma intensidade e duração. Tanto a bicicleta ergométrica quanto a esteira possibilitam que o praticante adapte seu treino de acordo com o seu condicionamento físico ou objetivo”, ela reforça.

Outra diferença entre os dois aparelhos é que, na esteira, é possível ainda ajustar a velocidade e a inclinação para todo o treino, além de programar simulações de corrida. Com isso, o praticante segue a intensidade já definida no aparelho. Já na bicicleta, a intensidade do treino depende do esforço do praticante em pedalar, que deve controlar o ritmo das pedaladas a todo momento. Também é possível regular o peso do pedal, para aumentar a resistência, o que exige mais força nas pernas.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

| | | | | |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|---|---|
| Qualidade humana atribuída à serpente | Item do menu de smartphones | Genitor | Desvalorização da moeda (Fin.) | Comunicação de ato irregular cometido por um militar em sua instituição |
| | Funcionário de lojas | Remédio que alivia a irritação ocular | | |
| | | | (?) Cid, herói da Espanha | 9, em algarismos romanos |
| Absolute | | Atitude que caracteriza o "fair play" | | |
| Filmes (?): histórias de guerra que retratam devoção ao país | | Letra que indica o infinitivo verbal | "Menino", no jargão do gaúcho | Quarto, em inglês |
| | | | Tribunal Superior Eleitoral (sigla) | |
| | | Peixe comum na culinária japonesa | Fazer (?): ficar de vigia (o policial) | Conferência de (?), encontro de líderes |
| Poema lírico grego | Lance do tênis | | "(?) de mercado", jargão do economista | |
| Adereço de ginastas | Apático (fig.) | | Agência especializada da ONU que concede empréstimos a países-membros (sigla) | (?) acético: o vinagre (Quim.) |
| A obra caracterizada pela impenonência | | | | |
| A quarta dimensão (Fis.) | | | Aqui, em francês | |
| Tom; matiz | | Antônio Vieira, padre português | Vão, em inglês | |
| | | | | Daniel Azulay, desenhista carioca |
| Elemento químico usado em latas de ferro | | | | |
| A Dália de "Salve Jorge", faleceu em 2017 | | | | |

BANCO 3/ace — fmi — ic — ode, 4/room — valm, 6/lisra. 60

CULINÁRIA / Porpetone à parmegiana

INGREDIENTES (8 PORÇÕES)

2 fatias de pão de forma sem casca
 1 xícara (chá) de água
 800g de carne moída
 1 pacote de pó creme de cebola (68g)
 1 ovo Sal, pimenta-do-reino e manjeriço fresco a gosto
 1 colher (sopa) de óleo
 4 colheres (sopa) de cebola picada
 5 colheres (sopa) de extrato de tomate
 200g de queijo mussarela ralado
 Óleo para untar



MODO DE PREPARO

Umedeça as fatias de pão com metade da água, aperte até sair o líquido e desfaça o pão com as mãos. - Em uma vasilha, misture a carne, o pão, o pó para creme de cebola, o ovo, sal, pimenta e manjeriço até ficar homogêneo. - Divida em 6 porções e modele os porpetones, formando hambúrgueres altos. - Aqueça uma panela com o óleo, em fogo médio, e refogue a cebola por 3 minutos. - Adicione o extrato de tomate e refogue por 2 minutos. - Acrescente o restante da água, sal, pimenta e cozinhe por 10 minutos, mexendo de vez em quando.



ALIMENTANDO A ALMA

O Senhor anulou a sentença contra você, ele fez retroceder os seus inimigos. O Senhor, o Rei de Israel, está em seu meio; nunca mais você temerá perigo algum.

↑ SOBE

SECRETÁRIO CONFIRMA INAUGURAÇÃO DO PARQUE TECNOLÓGICO EM VG PARA DEZEMBRO

O secretário de Estado de Ciência, Tecnologia e Inovação do Estado de Mato Grosso (Seciteci), Allan Kardec (PSB), confirmou para dezembro a inauguração do Parque Tecnológico, em Várzea Grande. Com as obras em 85% concluídas, Allan Kardec articula para trazer o presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva (PT) para inauguração.

sherlock

tonycgr@hotmail.com

Reprodução



Presidente da Fecomércio-MT, José Wenceslau de Souza Júnior

TRUMP SOFRE ATENTADO E ESQUERDISTAS INFILTRADOS NAS REDAÇÕES ESTÃO FALANDO DE ENCENAÇÃO

No último dia 13, um atentado contra o ex-presidente dos EUA, Donald Trump, chocou o mundo. Durante um evento de campanha, tiros foram disparados, e Trump foi atingido na orelha. O Serviço Secreto dos Estados Unidos rapidamente retirou o ex-presidente do palco, garantindo sua segurança. Inicialmente, uma boa parte tanto da imprensa norte-americana quanto a brasileira noticiaram que Trump havia caído do palco após os barulhos semelhantes a tiros. Essa informação gerou muita confusão e especulação sobre a real gravidade do incidente.

Com o desenrolar dos fatos, e uma vez esclarecido o ocorrido, mesmo assim alguns militantes esquerdistas, infiltrados de jornalistas, estão insinuando que tudo não passou de uma encenação ou uma tentativa de desviar a atenção pública de outras questões.

↓ DESCE

SORRISO (MT) É A 4ª CIDADE MAIS VIOLENTA DO PAÍS

Com 113,9 casos de estupros de vulneráveis, para cada 100 mil habitantes, Sorriso, a 420 km de Cuiabá, foi a cidade com o maior número de casos de violência sexual contra menores de idade, em todo o Brasil. Os dados são referentes ao ano de 2023 e foram divulgados no Anuário Brasileiro de Segurança Pública. De acordo com o Anuário, o Brasil enfrenta uma crise alarmante em relação aos casos de estupro e abuso sexual, com uma média de um estupro registrado a cada seis minutos.

O MAIOR CHURRASCO DO MUNDO CHEGA A CUIABÁ COM ATRAÇÃO PRINCIPAL DA DUPLA MATHEUS E KAUAN

O evento acontecerá no dia 12 de outubro próximo, no Parque de Exposições Senador Jonas Pinheiro, um local que proporciona a infraestrutura ideal para o BBQ Mix.

O festival se supera a cada edição e, neste ano, terá um novo formato itinerante, que percorrerá as principais cidades do Brasil. Assim, proporcionando uma experiência única em cada local, com uma combinação de gastronomia de alto nível e shows de artista de ponta.

As atrações já confirmadas para o BBQ Mix de Cuiabá incluem nomes de peso como Matheus e Kauan, Guilherme e Benuto, Thiago e Samuel, Sevens, Mateus e Fabrício, Gabriel Costa e Erick Jordan.



Reprodução